

CADRE21



Preuve et attestation de développement professionnel

Compétences socioémotionnelles 2 - Architecte

cadre21



Description:

Au niveau Architecte, vous aurez l'occasion d'approfondir votre compréhension des principes du modèle PERMA dans l'application pratique de ce cadre, notamment en portant un regard pratique sur différents aspects de vos compétences socioémotionnelles. Les nombreuses ressources proposées pourront être mobilisées dans le cadre de l'intégration du modèle PERMA dans un milieu.

:

Badge attribué à : Pelletier Annie-Claude

<https://www.cadre21.org/membres/8b0c38f08cf158e1a18bbf66>

Date d'obtention : 2025-11-11 15:11:26

Compétences socioémotionnelles 2 - Architecte

Réflexion sur l'impact : En quoi la mobilisation du modèle PERMA a-t-elle eu de l'impact sur votre compréhension des compétences socioémotionnelles ?

Ce qui m'a frappé dans le modèle PERMA est la recherche de solution qui revient dans quelques catégories. Plutôt que d'en rester dans l'émotion, ce modèle nous invite à réfléchir et utiliser les forces de chacun pour trouver des solutions tout en respectant les rôles et les valeurs. Par la suite, en mettant de l'avant les victoires, nous créons un climat de bienveillance qui favorise la continuité du travail d'équipe. Cela permet d'avoir une équipe qui ose partager son point de vue et ainsi développer des compétences socioémotionnelles.

Réflexion sur l'expérience : À la lumière des activités vécues, sans entrer dans des réflexions trop personnelles, quels apprentissages tirez-vous de cette expérimentation ?

Dès la première activité, j'ai pu constater à partir des résultats de mon profil de compétences émotionnelles que je gère mieux le volet interpersonnel plutôt qu'intrapersonnel. À mes yeux, l'un ne peut aller sans l'autre. Il est donc absolument nécessaire de retrouver l'équilibre à ce niveau. Plusieurs activités peuvent aider en ce sens. La réévaluation cognitive me semble une approche intéressante. Cela permettra de prendre un pas de recul par rapport à la situation versus l'émotion et recadrer l'ensemble des éléments.

Retour sur l'activité : Quels sont vos coups de cœur ou vos déceptions ?

Le principe du flow m'intéresse énormément. J'y vois une façon de valoriser les membres de l'équipe en leur offrant un moment privilégié pour mettre à profit leurs compétences dans un cadre calme et sans distractions. Ce type de travail est pertinent avec la mise en place de nos séquences d'enseignement puisque les enseignants devront cibler les éléments essentiels et réfléchir à la meilleure façon de les enseigner et les évaluer.

Déposez vos traces de l'activité scénarisée (maximum de 3)

Questionnaire-Auto-efficacite-Generalisee.xlsx

PEC_v.5_verouille1.xlsx